E-BOOK

O sorriso do adulto se constrói na INFÂNCIA

Mini guia de saúde bucal - de 0 a 14 anos

Ano 2022

O sorriso do adulto se constrói na infância: mini guia de saúde bucal de 0 a 14 anos

Indexação: Amanda Kelly da Costa Veiga
Revisão: A autora
Autora: Luisiane de Avila

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)

A958 Avila, Luisiane de
O sorriso do adulto se constrói na infância: mini guia de saúde bucal de 0 a 14 anos / Luisiane de Avila. – Ponta Grossa - PR: Atena, 2022.

Formato: PDF
Requisitos de sistema: Adobe Acrobat Reader
Modo de acesso: World Wide Web
Inclui bibliografia
ISBN 978-65-258-0385-2
DOI: https://doi.org/10.22533/at.ed.852221008

1. Saúde bucal. 2. Odontopediatria. I. Avila, Luisiane de. II. Título.

CDD 617.601

Elaborado por Bibliotecária Janaina Ramos – CRB-8/9166

Atena Editora
Ponta Grossa – Paraná – Brasil
Telefone: +55 (42) 3323-5493
www.atenaeditora.com.br
contato@atenaeditora.com.br

Ano 2022

DECLARAÇÃO DA AUTORA

A autora desta obra: 1. Atesta não possuir qualquer interesse comercial que constitua um conflito de interesses em relação ao conteúdo publicado; 2. Declara que participou ativamente da construção dos respectivos manuscritos, preferencialmente na: a) Concepção do estudo, e/ou aquisição de dados, e/ou análise e interpretação de dados; b) Elaboração do artigo ou revisão com vistas a tornar o material intelectualmente relevante; c) Aprovação final do manuscrito para submissão.; 3. Certifica que o texto publicado está completamente isento de dados e/ou resultados fraudulentos; 4. Confirma a citação e a referência correta de todos os dados e de interpretações de dados de outras pesquisas; 5. Reconhece ter informado todas as fontes de financiamento recebidas para a consecução da pesquisa; 6. Autoriza a edição da obra, que incluem os registros de ficha catalográfica, ISBN, DOI e demais indexadores, projeto visual e criação de capa, diagramação de miolo, assim como lançamento e divulgação da mesma conforme critérios da Atena Editora.

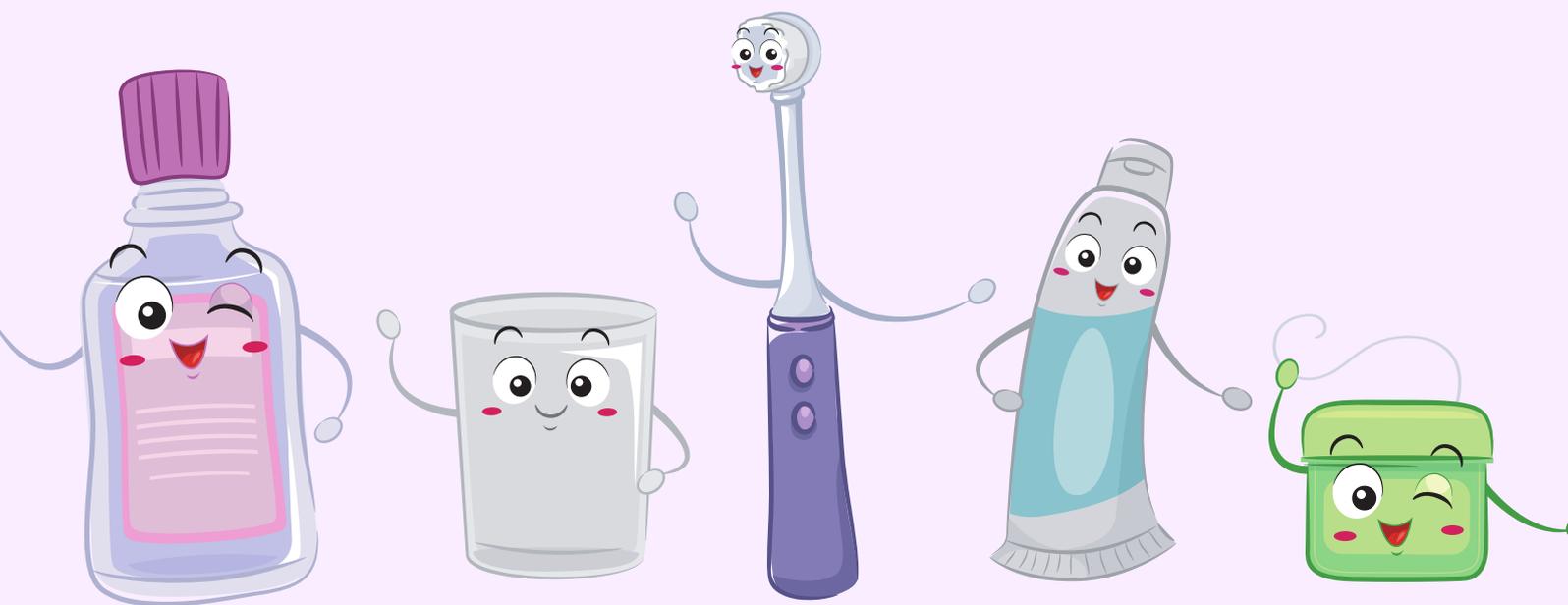
Ano 2022

DECLARAÇÃO DA EDITORA

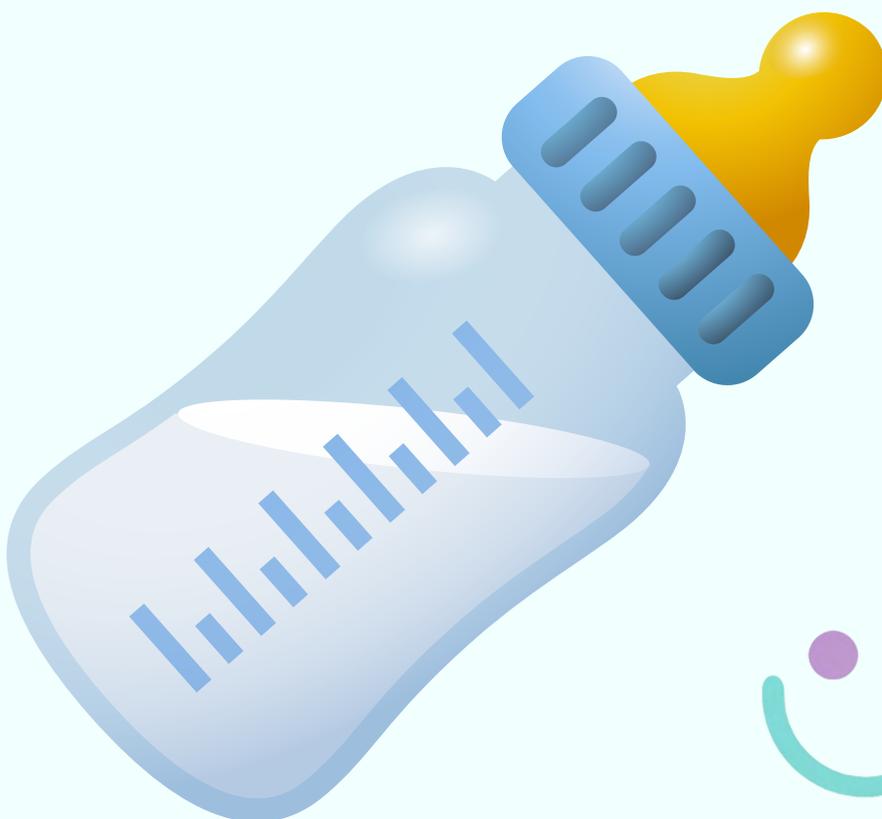
Ano 2022

Bem-vindos!

Estou muito feliz por você ter me escolhido para cuidar da saúde bucal do seu filho.
É uma **GRANDE ALEGRIA** perceber um número cada vez maior de famílias valorizando a **SAÚDE BUCAL DAS CRIANÇAS.**

Iniciamos agora uma etapa importante: o acompanhamento e a **CONSTRUÇÃO DE UM LINDO SORRISO** que será levado para o resto da vida!
Este E-BOOK é para te ajudar com informações **importantes** sobre a saúde bucal. Fique à vontade para compartilhar com os amigos.

0 a 3 anos

MAMADEIRA ou COPO?

A mamadeira é um método de alimentação que acarreta a “confusão dos bicos”. Além de causar distorções no funcionamento da musculatura do rosto da criança e provocar possíveis alterações ortodônticas.
O ideal é que o bebê seja alimentado só no peito até, pelo menos, os seis meses de idade. A partir daí deve utilizar o copo normal da casa, que é a melhor forma para alimentar lactentes quando a amamentação não for possível.

DEPOIS DOS SEIS MESES, QUANDO VOLTAR A TRABALHAR OU DESMAME?

Copo normal da casa.

MAS POR QUE NÃO SE DEVE UTILIZAR COPOS COM BICOS?

- Risco de contaminação;
- Cárie de acometimento precoce;
- Problemas de oclusão - efeitos iguais aos das chupetas, dedo e mamadeira;
- Problemas de fala – posicionamento alterado, perda de tônus, dificuldade de mobilidade na produção dos sons.

Chupeta

O ideal é que **NENHUM BEBÊ USE CHUPETA** e satisfaça sua necessidade de sucção com o seio materno.
Mas caso você opte pelo uso, use o **MÍNIMO** possível e **retire esse hábito o mais cedo que puder**.
NÃO existe chupeta ortodôntica ou anatômica. Qualquer uma traz prejuízos.

SE LIGA!
Os bicos artificiais (chupeta/mamadeira), mesmo usados em curtos períodos, podem causar: confusão de bicos, desmame precoce, alterações na fala, na respiração, na deglutição, na formação dos ossos da face, no perfil facial, na arcada dentária e outros.

LEMBRETE!
Cada criança é única e devemos respeitar seu tempo e individualidade. Converse com a dentista sobre estratégias de como ajudar seu bebê na redução dos hábitos de sucção.

NASCIMENTO DOS DENTES

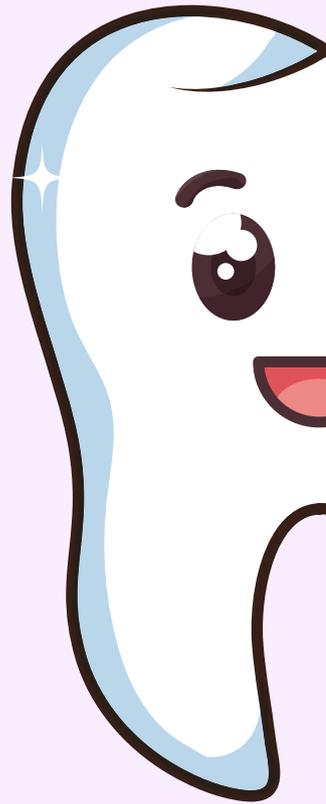
Apesar de ser um processo natural, muitas vezes é um momento difícil para alguns bebês.

SINTOMAS:

- Irritação e alterações no humor;
- Salivação intensa;
- Coceira.

Atenção!
Nessa fase pode ocorrer um aumento da temperatura corporal do bebê, mas não existe comprovação científica de que o nascimento dos dentes cause febre. Caso ocorra, procure o pediatra para investigar outras causas.

DICAS PARA ALÍVIO DOS SINTOMAS:

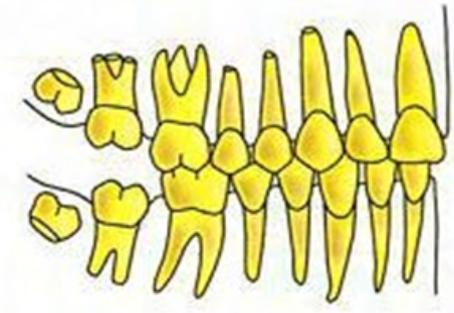
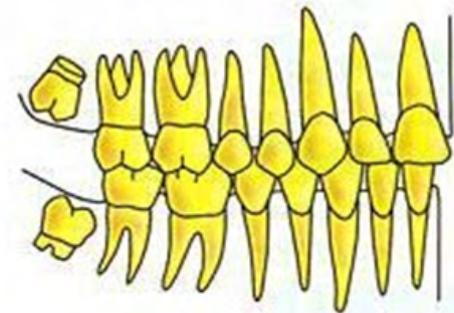
- Mordedores e alimentos gelados;
- Massagem com uso de dedeiras de silicone;
- Analgésicos prescritos pelo profissional;
- Evitar uso de géis anestésicos (perigoso).

1 **6 - 9 meses:** Incisivos centrais inferiores
2 **9 - 11 meses:** Incisivos centrais superiores
3 **10 - 12 meses:** Incisivos laterais superiores
4 **10 - 14 meses:** Incisivos laterais inferiores
5 **14 - 16 meses:** Primeiros molares
6 **18 - 20 meses:** Caninos
7 **24 - 30 meses:** Segundos molares

⇨ Idade média do nascimentos dos dentes de leite. Pode haver alterações individuais.

⇨ Aos 3 anos a dentição de leite deve estar completa com 20 dentes.

DENTIÇÃO MISTA

7 anos
(± 9 meses)

8 anos
(± 9 meses)

9 anos
(± 9 meses)

10 anos
(± 9 meses)

SEGUNDA INFÂNCIA
(IDADE ESCOLAR)

DENTIÇÃO PERMANENTE

11 anos
(± 9 meses)

12 anos
(± 6 meses)

15 anos
(± 6 meses)

21
anos

35
anos

ADOLESCÊNCIA
E IDADE ADULTA

DENTIÇÃO MISTA

DENTIÇÃO PERMANENTE

5 meses
no útero

18 meses
(+/- 3 meses)

7 meses
no útero

2 anos
(+/- 6 meses)

nascimento

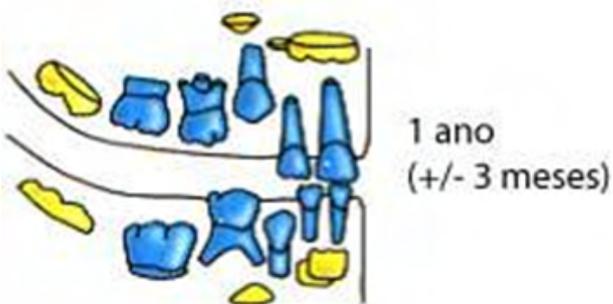
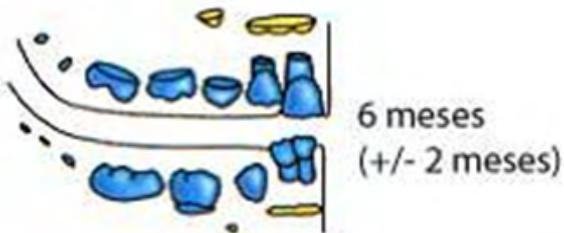
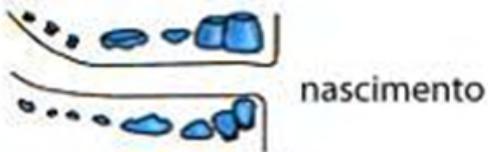
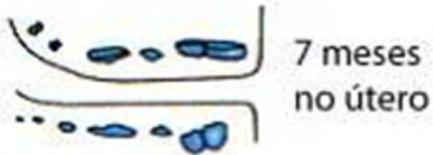
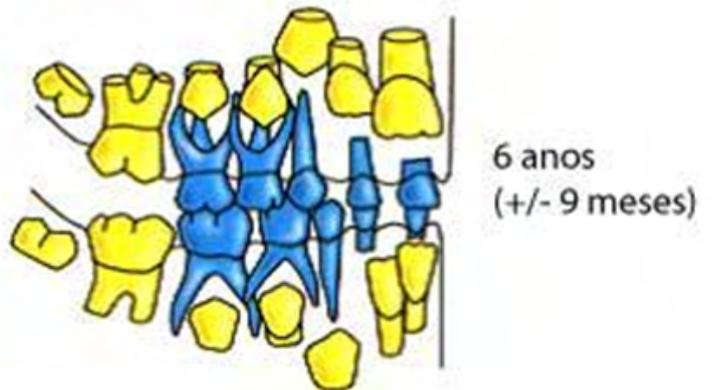
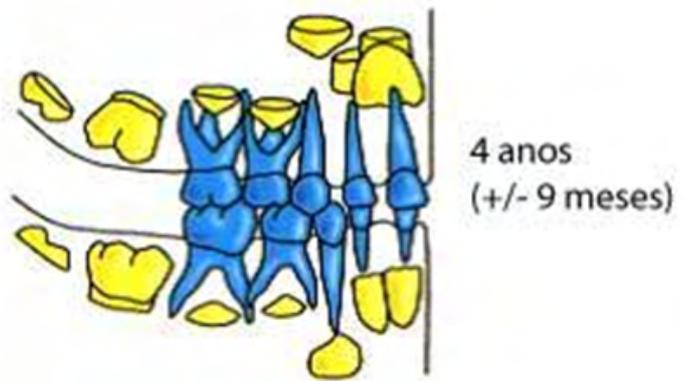
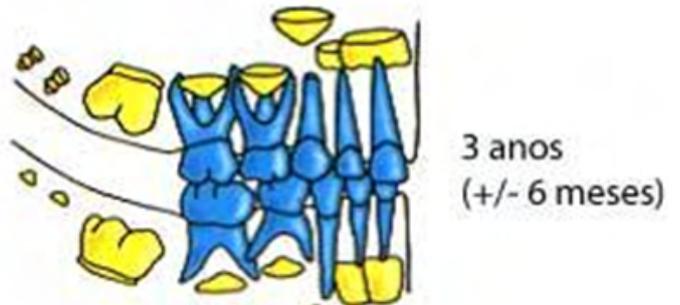
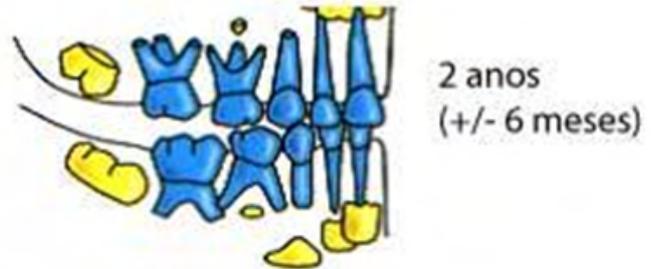
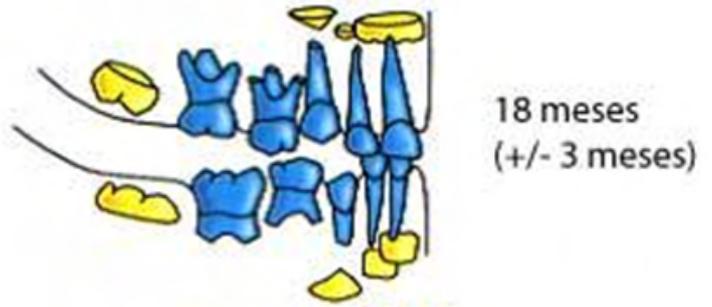
3 anos
(+/- 6 meses)

6 meses
(+/- 2 meses)

4 anos
(+/- 9 meses)

9 meses
(+/- 2 meses)

6 anos
(+/- 9 meses)

1 ano
(+/- 3 meses)

HIGIENE BUCAL

Bebê sem dentes e aleitamento materno exclusivo: não limpe gengivas ou língua. O leite materno possui fatores de proteção.
Bebê sem dentes com outros alimentos: a higiene da língua NÃO é obrigatória.
Caso deseje: faça só com ÁGUA e GAZE/PANINHO esporadicamente.
Higiene das gengivas: NÃO se realiza nessa fase.

Bebê com dentes: use pasta com **FLÚOR** e escova de dentes 2x ao dia.
Dedeira de silicone: NÃO limpa! Só faz massagem.

COMO LIMPAR:

- Escova com cerdas (pequena e extra macia) 2x ao dia;
- Pasta com flúor (comum e qualquer tipo) desde que tenha pelo menos 1.000 PPM de flúor;
- Fio dental: a partir do momento de contato entre os dentes (bem juntinhos), independentemente da idade.

Quantidade de pasta dental com flúor: Tamanho de um GRÃO DE ARROZ.

Somente 2x ao dia.

Utiliza uma quantidade bem pequena!

- Use a pasta na quantidade recomendada até a criança aprender a cuspir bem.
- Caso ela vá para a escola, sugerimos escovar com água ou enviar uma pasta sem flúor e deixar o uso da pasta fluoretada sob controle dos pais até a criança aprender a cuspir.

CÁRIE NOS BEBÊS
Pode ocorrer em qualquer idade!

PARA PREVENIR:

- ZERO açúcar até 2 anos;
- Escovação 2x ao dia e pasta com FLÚOR;
- NÃO oferecer mamadeiras adoçadas/compostos lácteos doces de madrugada;
- Consultas periódicas de odontopediatria;
- EVITE lanchinhos/suquinhos industrializados açucarados.

ATENÇÃO!
Sucrilhos, achocolatados, bolachas, iogurtes com sabor, gelatina, sucos de caixinha, leite fermentado, bolos prontos etc...
Possuem imensa quantidade de açúcar! SÃO PROIBIDOS até 2 anos e, após essa idade, devem ser evitados!

Lembre-se que em qualquer idade: Esses produtos não são LANCHES, mas SOBREMESAS.

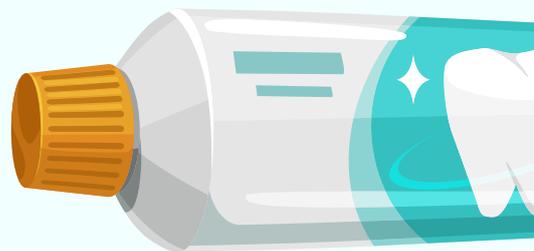
1ª CONSULTA NA DENTISTA

Na gestação: Procure o dentista que realize pré-natal odontológico.
A saúde bucal da MÃE pode interferir no desenvolvimento do BEBÊ.

Bebês: Antes de completar 1 ano.

Lembre-se: a PREVENÇÃO é o melhor caminho!

3 a 9 anos

HIGIENE BUCAL

Escova pequena e macia.
A escovação deve ser realizada pelo menos 2x ao dia por 2 minutos cada.

LEMBRE: A criança BRINCA e o adulto LIMPA.

Até os 5 aninhos TODAS as escovações devem ser realizadas pelo adulto.
Entre 5-9 anos de idade 1 das escovações do dia (se possível a noturna) precisa ser realizada pelo responsável.

PASTA DENTAL:

Qualquer pasta de dente comum e com flúor (pode ser adulto ou infantil) desde que tenha pelo menos 1.000 ppm de FLÚOR (leia a embalagem).

QUANTIDADE DE PASTA DE DENTE

Crianças que **NÃO SABEM CUSPIR:** quantidade de grão de arroz.
Crianças que **SABEM CUSPIR:** grão de ervilha.

Utilize uma quantidade bem pequena!

FIO DENTAL

Não importa a idade. **QUALQUER CRIANÇA** precisa usar fio dental desde que tenha dentes com contato (encostados um no outro).
O fio pode ser o comum ou em hastes.

ATENÇÃO NA FASE ENTRE 5-6 ANOS

Nesse período, geralmente "nasce" o 1° MOLAR PERMANENTE (dente do fundo). E nessa fase o risco de cárie é muito maior: **FIQUE ATENTO(A)!**
Esse dente nasce sem nenhum outro dentinho cair, **NÃO COSTUMA** causar sintomas e, na maioria das vezes, os pais/crianças nem percebem. É muito comum ocorrer cárie nessa fase.

AÍ É QUE MORA O PERIGO!!!

Mantenha as consultas de rotina com maior PERIODICIDADE nesse momento.

CÁRIE

A cárie é a **DOENÇA CRÔNICA** mais comum na infância e pode atingir qualquer criança independente da idade e classe social.

PREVENÇÃO

- Baixo consumo de açúcar;
- Higiene correta com pasta com flúor;
- Consultas periódicas de acompanhamento na dentista.

RISCO DE CÁRIE

Existem fatores que podem aumentar a chance de cárie como:

- Guloseimas e industrializados adoçados;
- Mamadeiras adoçadas;
- Dificuldade de colaboração da criança na higiene;
- Alterações na estrutura/defeitos de esmalte;
- Áreas de maior acúmulo de placa e dificuldade de remoção em casa.

PERIODICIDADE NAS CONSULTAS

Será avaliado o **RISCO DE CÁRIE** da criança durante a consulta.
NÃO existe mais a regra de **ANTIGAMENTE** que o intervalo precisa ser de 6 em 6 meses. Converse com a dentista a respeito, pois muitas crianças precisam comparecer em períodos mais regulares, caso desejem reduzir sua chance de cárie.

+ de 9 anos

A troca dos dentes de leite pelos permanentes costuma ocorrer entre **5 e 12 anos de idade.**
Essa troca é natural e geralmente ocorre em casa.
Caso a criança tenha alguma **dificuldade na sua remoção** e o dente permanente tenha seu "nascimento" antes do de leite cair, CONTATE SUA DENTISTA para avaliar a necessidade de remoção no consultório.

HIGIENE BUCAL

É comum na pré-adolescência ocorrer uma **NEGLIGÊNCIA** com a higiene bucal.
Sugiro que os pais monitorem a escovação esporadicamente e mantenham as consultas preventivas na dentista com **MAIOR REGULARIDADE** neste período.

PRODUTOS DE HIGIENE BUCAL

O creme dental de adulto pode ser usado em qualquer fase.
A decisão do creme dental pelos pré-adolescentes fica a critério da família.
Porém, escolha algum com **FLÚOR** (pelo menos 1.000 pmm de flúor e 2x ao dia).
Fio dental - diariamente, seja o comum ou de hastes.

APARELHO ORTODÔNTICO/ORTOPÉDICO

Não existe idade correta para iniciar tratamento ortodôntico: **DEPENDE DE CADA CASO.**

Aparelhos na infância são importantes para:

- Direcionar o crescimento dos ossos da face;
- Preparar as bases ósseas para o nascimento dos dentes permanentes no lugar correto;
- Tratar problemas na mordida e oclusão;
- Evitar assimetrias na face, problemas de ATM e desgastes dentários no futuro adulto;
- Aproveitar a fase de crescimento para melhores resultados.

Obs: Algumas crianças podem precisar de aparelhos ortopédicos aos 4 anos e outras podem necessitar usar aos 11, ou nunca precisarem, por exemplo.

É FUNDAMENTAL o acompanhamento periódico para iniciar o tratamento na **FASE CORRETA!**

Lembre-se: O sorriso construído na infância será levado para o resta da vida!